



عوارض اضافه وزن

بر اساس آمار، درصد زیادی از مردم به اضافه وزن مبتلا هستند، اما از عوارض اضافه وزن و چاقی چنان که باید، خبر ندارند.

جام جم آنلاین: بر اساس آمار، درصد زیادی از مردم به اضافه وزن مبتلا هستند، اما از عوارض اضافه وزن و چاقی چنان که باید، خبر ندارند.

اگر جزو این دسته افراد هستید، عوارض پی آمده را باتأمل بیشتری بخوانید:

نازایی: خانم‌های چاق بیشتر در معرض نازایی ناشی از چاقی قرار دارند.

آرتروز: هر قدر وزن‌تان بیش از حد معمول باشد، فشاری که بر مفاصل، بخصوص در نواحی مفاصل پا وارد می‌شود، بیشتر است.

نقرس: اضافه وزن سبب افزایش اسید اوریک در خون می‌شود. این اسید با رسوب در مفاصل بخصوص در ناحیه مفاصل انگشتی پا به درد و نقرس منجر می‌شود.

سرطان پروستات: فشار چربی به ناحیه پروستات، مردان چاق را بیش از دیگران تهدید می‌کند.

دیسک کمر: افزایش وزن و حجیم شدن شکم، بناچار مرکز ثقل بدن را تغییر می‌دهد. نتیجه این تغییر فشار روی دیسک‌های بین مهره‌ای است. فشار این دیسک‌ها نیز به نوبه خود دردهای سیاتیک و دیسک کمر را به همراه خواهد آورد.

دیابت و مرض قند: بیماری دیابت بیشتر ارثی قلمداد می‌شود، اما در بین وارثان، چاق‌ها زودتر از دیگران مرض قند خود را به ارث می‌برند!

کاهش توان سیستم ایمنی: عفونت‌هایی چون برونشیت مزمن و ذات‌الریه در افراد چاق بیشتر است. پس از اعمال جراحی هم آنها دیرتر و سخت‌تر بهبود می‌یابند.

واریس: درصد بروز این بیماری که فشار به مویرگ‌ها و خونمردگی را سبب می‌شود بین افراد چاق بیشتر است.

تصلب شرایین: رسوب کلسترول در رگ‌ها حالت ارتجاعی آنها را از بین می‌برد و از آنجا که کلسترول افراد چاق بیشتر است، تصلب شرایین در این افراد نمود بیشتری دارد.